

スイミングセンター

☎579-3210

トレーニングルーム プログラム

ZUMBA (ズンバ) KID
S ☆体育の日無料開催!

7〜11歳(小学生)の子ども向けダンスフィットネスプログラムです。ビートに乗って踊れるよう、年齢に適した音楽や動きで構成されています。友達と一緒に大きな声をあげて、自分らしく、のびのびと、自由に踊りましょう!

▼日時 10月10日(月・祝)

午前11時〜正午/会場 2階
トレーニングルーム/定員

20人(先着順)/参加費 無
料/持ち物 運動できる服装・
飲み物・タオル・室内履き/
申込み 当日、直接サウナ受
付へ

社会福祉協議会から

第31回ふれあい福祉まつり

市民交流やボランティアア
グループ・福祉団体の活動紹介

(発表) などを通して、福祉への理解と関心を深めていただくため、ふれあい福祉まつりを行います。楽しいイベントが盛りだくさんです。ぜひ、お越しください。

▼日時 10月16日(日)午前10時
〜午後3時(少雨決行)/会
場 福祉センター

※駐車場に限りがあります。
車での来場はご遠慮ください。

内容 模擬店・舞台発表・ボ
ランティア体験コーナー・小
物販売など/主催 第31回ふ
れあい福祉まつり実行委員会
/主管 羽村市社会福祉協
会/後援 羽村市

☎問合せ 社会福祉協議会
☎554-0304

ハギレを使った小物づくり 講習会

不用なハギレなどもちよつ
とした工夫で、新しくすてき
な一品に生まれ変わり、チャ
リティーなどにも活用できま
す。今回は、買い物バッグ作
りに挑戦します。

▼日時 11月18日(金)・25日(金)、
12月2日(金)(全3回)午後1時
〜3時/会場 福祉センター

ボランティア活動室/対象
市内在住・在勤の方/定員
25人(先着順)/参加費 2

00円/持ち物 裁縫用具(持
ち主がわかるようにしてくだ
さい)、布(①50cm×50cm表用・
裏用各2枚または50cm×10

0cm表用・裏用各1枚、②50cm
×25cm2枚、③20cm×20cm1枚)
※布がない場合は、当日販売

します。詳しくは、問い合
わせてください。

☎申込み・問合せ 10月3日
(月)〜28日(金)(土・日曜日、祝
日を除く)の午前9時から午
後5時まで、電話または直
接社会福祉協議会へ☎554
-0304

商工会から

夢を叶える5日間 創業塾 in 国分寺

起業に関心がある方、起業
して間もない方を対象に、多
彩な分野で活躍する専門家が
講師となって、起業に向けた
基礎知識から実務やノウハウ
まで、体系的に学べるセミナー
を行います。先輩起業家の経

験や日本政策金融公庫の現役
実務担当者から見た融資のポ
イントなども聞くことができ
ます。

▼日時 11月6日(日)・13日(日)・
20日(日)・26日(土)、12月11日(日)各

日午前10時〜午後4時30分/
会場 東京都労働相談情報セ
ンター国分寺労政会館3階第
3会議室/定員 40人(先着
順)/参加費 5000円

☎申込み・問合せ 事前に、電
話またはファクスで商工会へ

☎555-6211 FAX 555
-6210 (土・日曜日、祝
日を除く午前8時30分〜午後
5時)

※申込書は商工会ウェブサイ
トからダウンロードするこ
とができます。

福生病院組合から

公立福生病院 市民公開講座

インフルエンザの予防と対策

▼日時 11月3日(木・祝)

午後2時〜4時/会場 公立
福生病院1階多目的ホール/
定員 70人(先着順)/参加
費 無料/講師 小美濃光太

西多摩衛生組合から

フレッシュランド西多摩

臨時休館

定期点検のため、10月4日
(火)は臨時休館します。

イベント案内

切り絵展

紙を切り抜いた、独特な風
合いが魅力の切り絵を展示し
ます。

▼期間 10月18日(火)〜30日(日)

☎問合せ フレッシュランド
西多摩☎570-12626
※フレッシュランド西多摩ウェ
ブサイトもご覧ください。

郎さん(感染管理認定看護師)
※直接会場へお越しください。
※駐車場に限りがあります(有
料)。公共交通機関を利用
してください。

☎問合せ 公立福生病院患者
支援センター☎551-62
10

官公署などから

コンビ二強盗対応訓練を行います

コンビ二強盗の未然防止と発生した場合の対処方法を教示し、被害などを最小限に抑えることを目的に行います。

▼日時 10月14日(金)午後3時
 ～/会場 セブンイレブン羽村栄町1丁目店(羽村市栄町1-11-2) /主催 福生警察署生活安全課

◎問合せ 福生警察署生活安全課 ☎551-0110

国民年金保険料の後納制度

国民年金保険料の納め忘れがある方へ

通常、国民年金保険料を納め忘れたまま2年を過ぎると保険料を納めることができませんが、「後納制度」により平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り、過去5年以内に納め忘れた保険料を納めることができます(すでに老齢基礎年金を受給している方は対象となりません)。

過去5年以内に納め忘れた

保険料を納めることで、将来の年金額を増やしたり、保険料納付期間が不足していた年金の受給ができなかった方が、年金受給資格を得られたりする場合があります。

「後納制度」の利用には年金事務所での事前申込が必要です。詳しくは、問い合わせてください。

◎問合せ 青梅年金事務所 ☎0428-30-3410
 /国民年金保険料専用ダイヤル ☎0570-0111-050

行政書士会無料相談会、行政書士は、暮らしと事業のアドバイザー

10月は、「行政書士制度広報月間」です。活動の一環として、相続・遺言・契約・各種認可などの手続き・書類作成の相談を、東京都行政書士会多摩西部支部会員が無料で受け付けます。

▼日時 10月13日(木)午前10時～午後4時 /会場 羽村市コミュニティセンター2階第一研修室

※直接会場へお越しください。
 ※相談内容の資料などがあ

ば、持参してください。

◎問合せ 東京都行政書士会多摩西部支部(尾方) ☎0428-23-7569

10月17日(月)～23日(日)は「行政相談週間」です

「行政相談週間」は、行政相談(委員)制度を国民の皆さんに広く周知し、制度を利用していただくために設けられたものです。

国や特殊法人の仕事などに関する苦情や要望を、総務大臣から委嘱された「行政相談委員」が無料で受け付けます。気軽に利用してください。

※市の定例相談(人権身の上相談と一緒に開催)

▼相談日時 毎月第3木曜日 午後1時30分～4時30分 /会場 羽村市役所1階市民相談室 /定員 3人(先着順)

■10月の相談日 10月20日(木)
 ※総務省東京行政評価事務所による相談

東京一日合同行政相談所

▼日時 10月18日(火)午前10時～午後4時 /会場 新宿駅西口広場イベントコーナー

「行政苦情110番」

☎0570-090110
 (IP電話などからは☎03-3363-1100) FAX 03-5331-1761

※「行政苦情110番」では、相談内容を正確に把握するため、通話を録音させていただきます。

東京総合行政相談所(西武池袋本店7階、休業日を除く毎日受付)
 ☎03-3987-0229

※Eメールでも相談を受け付けています。詳しくは、総務省ウェブサイトをご覧ください。

◎問合せ 羽村市広報広聴課 市民相談係 ☎541

第215回東京都都市計画審議会の傍聴者募集

▼日時 11月17日(木)午後1時30分～/会場 都庁内会議室 /定員 15人(申込多数の場合11月4日(金)に公開抽選)

◎申込み・問合せ 10月28日(金)(消印有効)までに、往復はがきに「住所・氏名・電話番号」を記入し、郵送で東京都都市整備局都市計画課へ〒1

63-8001 東京都新宿区西新宿2-8-1 ☎03-5388-3225
 ※申込みは1人1通のみ有効です。

※詳しくは、東京都都市整備局都市計画審議会ウェブサイトをご覧ください。

西多摩医師会 市民公開講座

「糖尿病と上手につき合うために パート4」

▼日時 10月22日(土)午後2時～4時 /会場 青梅市立総合病院南棟3階講堂 /参加費 無料 /内容 患者さんの体験談および糖尿病専門医による講演 /講師 西澤麻依子さん(青梅市立総合病院)

◎申込み・問合せ 事前に、電話で(一社)西多摩医師会へ ☎0428-23-2171 (土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後4時)

